

Thông điệp truyền thông Ngày vi chất dinh dưỡng (1-2/6/2014)

Hưởng ứng Ngày vi chất dinh dưỡng (1-2/6/2014)

Vi chất dinh dưỡng cần thiết cho tăng trưởng, nâng cao sức khỏe, trí tuệ và chất lượng cuộc sống.

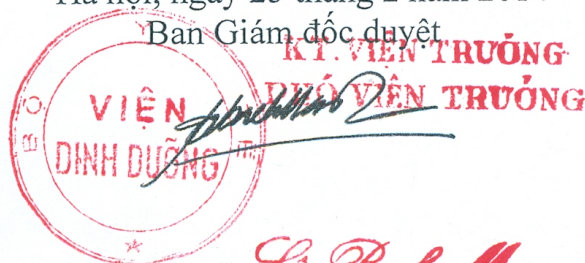
Để phòng chống thiếu vi chất dinh dưỡng cần:

1. Bữa ăn đa dạng, phối hợp nhiều loại thực phẩm. Chú ý sử dụng các loại thực phẩm có bổ sung vi chất dinh dưỡng.
2. Cho trẻ bú mẹ hoàn toàn trong 6 tháng đầu.
3. Cần sử dụng các thực phẩm giàu vi chất dinh dưỡng cho bữa ăn bổ sung của trẻ. Thêm mỡ hoặc dầu để tăng hấp thu Vitamin A, Vitamin D.
4. Cho trẻ em trong độ tuổi quy định uống **Vitamin A** liều cao 2 lần/năm. Bà mẹ sau sinh trong vòng một tháng được uống một liều **Vitamin A**.
5. Trẻ từ 24 đến 60 tháng tuổi cần được uống thuốc **tẩy giun** 2 lần/năm. Thực hiện vệ sinh ăn uống, vệ sinh môi trường phòng chống nhiễm giun.
6. Phụ nữ trước và trong khi mang thai cần uống viên **Sắt/axit folic** hoặc **viên đa vi chất** theo hướng dẫn.
7. Sử dụng muối **Iốt** và các sản phẩm có bổ sung **Iốt** trong bữa ăn hàng ngày.

Ngày 1-2 tháng 6, hãy đưa trẻ trong độ tuổi đi uống Vitamin A tại các điểm uống ở xã, phường.

Hà Nội, ngày 25 tháng 2 năm 2014

Ban Giám đốc duyệt



Lê Bạch Mai